

LA GESTIÓN del FRACASO

1.-- Constatación básica y elemental: **las cosas no siempre nos salen bien.**

A veces marchan o terminan muy mal.

No resultan como desearíamos o como habíamos planeado.

Muchas veces fallamos, tropezamos o nos equivocamos (con el fracaso o la pérdida consiguientes).

2.-- **No podemos dejar que el fracaso nos hunda** y arruine internamente.

No te dejes vencer por la derrota o el fracaso. No te des nunca por vencido (o por vencida). No te rindas. Sigue luchando con buen ánimo, con inteligencia, paciencia y prudencia.

Esfuézate sin descanso, sin desmayo, para conseguir las metas y los objetivos que te habías propuesto.

No te abandones al pesimismo, a la envidia (envidiando a quienes les va bien), al rencor, al resentimiento o al odio (a ti mismo o el prójimo).

No cultives los pensamientos y sentimientos negativos. No rumies lastimosamente tu traspíe, tu frustración, tu desilusión o tus errores.

No te lamentes ni te recrees en ello. No te dejes dominar por el mal: la mente venenosa y toxica, con sus proyecciones egóticas, que en nada te ayudan ni te benefician.

No debemos permitir que la influencia negativa de la derrota, la decepción o el fracaso (su negatividad) se apodere de nosotros. Hay que **digerir su amargo veneno.**

“La vida es un combate

*Perpetuo contra el mal que nos circunda,
¡Miserio lidiador el que se abate!*

Esteban Echevarría
(poeta argentino: 1805-1851)

3.-- Resulta a menudo **más difícil gestionar** (digerir, asimilar) **bien el éxito** (la victoria, la bonanza) **que el fracaso** (la derrota, la adversidad).

Asumir la idea de que podemos fracasar resulta arduo y problemático en la sociedad actual, activista y competitiva al máximo. Nota dominante: **Exaltación del triunfador**. Se mira con desprecio al fracasado, al que no triunfa (al que las cosas le van mal). Fracasar es vergonzoso: está mal visto y no se perdona.

Irrealismo optimista. Optimismo compulsivo, obligatorio: hay que aparentar que se está siempre alegre y optimista (porque indica que las cosas le van bien a uno). Si a uno se le ve triste, inspira desconfianza y hostilidad. Nos puede contagiar.

Demagogia buenista: Manía de verlo todo positivo, bueno y favorable, aunque las cosas vayan muy mal (aunque haya negros nubarrones en el horizonte). Negarse a ver la realidad (especialmente en sus aspectos negativos), deformándola para ajustarla a los propios esquemas y deseos. Obstinarse en no reconocer que hay problemas graves y **sostener que las cosas van bien cuando van mal** o tienen trazas de ir mucho peor en el futuro (tarde o temprano). La euforia por decreto.

Visión ilusa, manipuladora, torpe y necia, mendaz y demagógica, que se quiere hacer pasar por sabia y bienintencionada. Verte como un genio (cuando eres uno más de tantos) o ver como un genio al dirigente mediocre. **No querer ver los peligros y amenazas** que se tienen ante sí. Quitar importancia a lo perverso, lo infame e intolerable, lo indigno e innoble. Disculpar, o incluso justificar, todo lo peor: la mentira, la inmoralidad, la banalidad, la irresponsabilidad, la violencia o el crimen, las tendencias destructivas, corrosivas y nihilistas que hay en el ambiente. [Ej.: Guerra de Troya: los troyanos no hicieron caso de las advertencias de Casandra. Creían haber triunfado. Su ciudad fue arrasada por los griegos].

Lema que se escucha a veces (en los ambientes New Age, de Coaching o de Autoayuda), para dar ánimos e insuflar espíritu de positividad: **“El fracaso no existe”**; “No hay nunca fracaso”. Lema que resulta, además de falso, contraproducente (al ir contra la realidad). Nos puede hundir más.

Una visión, una actitud y una postura semejantes **nos harán fracasar como líderes**, como personas y como seres humanos. Y también como organización, como empresa, como sociedad o como nación.

- 4.-- Cuando decimos fracaso, hay que entender:
- | | |
|-----------|-------------------|
| derrota | revés |
| desgracia | malogro |
| decepción | resultado adverso |

DRAE: Fracaso = 1. “Caída o ruina de una cosa con estrepito y rompimiento”.
2. “Suceso lastimoso, inopinado y funesto”.
3. “Malogro, resultado adverso de una empresa o negocio”.
Fracasar = 3. “Frustrarse una pretensión o un proyecto”.

En el fondo se trata siempre de una **experiencia de sufrimiento**.
Tenemos que aprender a responder de forma adecuada al sufrimiento.

- 5.-- El camino o método → **Actitud deportiva** = saber ganar y perder bien.

Luchar con todas nuestras fuerzas para lograr el objetivo propuesto, vencer o llegar a la meta.

Y **disfrutar con la tarea, el juego**, la carrera, el partido o el combate, sin preocuparnos por el resultado o el puesto en que quedemos (ganador o perdedor, el primero o el último).

Ver y vivir la vida como juego o gran empresa en donde nos jugamos todo (pero sabiendo estar por encima de las vicisitudes de la pugna, el juego o el empeño). Vivirla con alegría, seriedad y entrega.

Permanecer en paz y equilibrio tanto cuando salimos vencedores como cuando quedamos vencidos (derrotados o fuera de combate).

El saber ganar y perder **deberíamos aprenderlo desde la infancia** (en los juegos). En la vida no se puede ganar siempre. Habría que enseñarlo a los niños cuando juegan o compiten.

- 6.-- **Limpiar y disciplinar la mente.**

Pon orden en tu mente. Cuida mucho tu manera de pensar y de ver las cosas.

Adopta una mentalidad, una manera de ser y una forma de vivir, impregnados de serenidad, equilibrio y ecuanimidad.

No pienses en el fracaso o la derrota. No te obsesiones con el posible con el posible mal resultado que pudieras cosechar en tus

empresas y actividades, con los problemas o las malas noticias (de uno u otro tipo) que te puedan llegar.

No temas al fracaso (el quedar mal). No huyas de la derrota, de la decepción, del suspenso o del sufrimiento.

No te obsesiones tampoco con el triunfo o el éxito. **Si estás obsesionado con ganar, acabarás perdiendo**: no jugarás bien.

Esta es una ley de la vida: **viene a nosotros** (nos persigue) **aquello que rechazamos**, que tememos, de lo que huimos, que tratamos de negar, eliminar o alejar de nuestra vida.

Acabamos atrayendo o cosechando aquello que pensamos, aquello que se apodera de nuestra mente.

Si piensas continuamente en el fracaso (el suspenso, la derrota, la eliminación), **acabarás fracasando** (suspendiendo, siendo derrotado o eliminado). Si rumias que las cosas te pueden salir mal, te saldrán mal.

Quien piensa sin cesar en la enfermedad, termina no sólo estando enfermo, sino **siendo un enfermo**.

7.-- Valores positivos del fracaso o derrota.

Aplasta, machaca y **tritura al ego**. Doma nuestra soberbia.

Nos ayuda a despertar de nuestro sueño egótico (iluso) y ver la realidad (que no queríamos ver).

Nos hace madurar y crecer internamente. El inmaduro no sabe perder (se irrita o se hunde).

Nos ayuda a conocernos y **nos abre a la Sabiduría** (la Luz del Ser, que iluminará nuestra vida).

El toro de la vida nos ha embestido en más de una ocasión, abriendo una profunda herida en nuestro organismo. Pero tal herida puede resultar salvadora, iluminadora y redentora, pues **por la brecha abierta acaba entrando una luz que transforma y libera**, haciéndonos ver la vida de manera más honda y sabia.

A menudo **un fracaso resulta más beneficioso que un éxito** (a medio o largo plazo), si reflexionamos sobre lo que ha pasado.

El éxito puede ser aparente, engañoso, y llevar dentro el germen de desastres futuros, quizá mucho más graves. Fomenta la soberbia, la hybris. Un fracaso te puede hacer ver que ibas por mal camino. Te ayudará a corregir y mejorar.

Cuando vemos las cosas después con perspectiva, **comprobamos que un tremendo fracaso nos abrió la puerta a una gran oportunidad** (mejor que aquello que estábamos buscando o queríamos conseguir) y a numerosas e importantes bendiciones de la vida. Al final lo agradecemos.

La derrota del pasado se transforma en trampolín para la victoria futura.

Al observar las cosas con mayor experiencia vital y desde una mayor altura, **vemos que para nosotros han sido más provechosas aquellas cosas que no hemos ido buscando** (que no nos atraían, o que incluso nos repelían, por considerarlas molestas: trabajo, estudio, relaciones sociales no deseadas, etc.) y que han caído sobre nosotros inopinadamente (las ha traído el Destino, la Providencia). Nos han enseñado mucho más (y nos han ayudado mejor a formar nuestro carácter) que aquellas que buscábamos afanosamente, que nos atraían o nos parecían más interesantes e importantes, que nos esforzábamos por conseguir, a las que dedicábamos nuestro tiempo libre y por las cuales luchábamos con denuedo (ideales, aficiones, convicciones, actividades elegidas y decididas por nosotros mismos).

8.-- Palancas que nos permiten digerir y transformar la negatividad del fracaso.

Aceptación = no rebelarnos contra lo que nos sucede. No pretender negarlo. Afirmación total y radical de la vida.

Aceptar la realidad tal como es. Aceptar lo que hay (lo que es, lo que se nos presenta, lo dado, los hechos).

Aceptar que podemos fracasar, y que de hecho vamos a sufrir algún descalabro o contratiempo (tarde o temprano, de una forma u otra).

Aceptarnos a nosotros mismos: vulnerables, falibles, torpes, limitados y condicionados. No pretender que somos como no somos: superhombres o supermujeres.

No me lamento ni protesto. No culpo a nada ni a nadie por lo que me pasa (por la situación en la que me encuentro).

Acción pura y desinteresada = *Karma-Yoga*. Actuar sin pensar en los frutos o resultados de la acción.

Ecuanimidad = *aequus* (igual) *ánimus* (ánimo, alma o mente)

Igualdad de ánimo ante la victoria y la derrota.

Equilibrio interior. Serenidad en el juicio y la mirada.

Centralidad: sin atracción ni rechazo (aversión)

Paz en la mente: para relacionarme bien con lo real.

Neutralidad apaciguadora. **Unidad:** unión interna; armonía y cohesión.

Situarse más allá de la dualidad. Superar la división y el conflicto que generan los pares de opuestos: lo que me beneficia y lo que me perjudica; lo agradable (grato) y lo desagradable (ingrato, fastidioso); lo que afirma y lo que niega mi ego; la suerte favorable o desfavorable.

Independencia total, **libertad y señorío espiritual.**

No ser juguete ni esclavo de las fuerzas externas ni tampoco de las internas (anímicas), que nos suelen tener atrapados.

Autocompasión → No presionarnos demasiado. No tiranizarnos.

Tener compasión de nosotros mismos.

Cuidado [cura] y ternura para nuestro propio ser.

Imparcialidad = Consciencia observante. **No juzgarse** ni flagelarse.

Crear cierta **distancia** con respecto a nosotros mismos.

Mirarnos como si fuéramos otra persona (siendo testigos, observadores o espectadores imparciales).

Objetividad = Analizar de forma objetiva las causas del fracaso: **lo que pueda deberse a nosotros mismos** (errores, deficiencias, desidia, negligencia, distracción, falta de atención, etc.) y **lo que se debe a factores externos** (dificultades, presiones y obstáculos provenientes del medio en que nos movemos).

Atención y actitud de Escucha: para ver el mensaje y la oportunidad que nos traen las circunstancias: el fracaso pasado o presente; los sinsabores o contratiempos que hayan podido surgir en nuestro camino. El mismo camino te ayudará a caminar y avanzar, si escuchas su mensaje. Te está hablando sin cesar: sólo tienes que escuchar.

Nada mejor que hacer nuestra la oración tantas veces citada (y atribuida a los más diversos autores o figuras espirituales, tanto orientales como occidentales):

*Señor, dame paciencia para aceptar lo que no puedo cambiar,
valentía para corregir lo que sí puedo cambiar,
y sabiduría para distinguir lo uno de lo otro.*

9.-- **La clave de todo: la brújula para guiarte en el camino.**

Vincúlate a la Divinidad, al Tao, al Ser que está más allá del Devenir (con su carga de sufrimiento y angustia) y del cual brota todo lo que deviene, lo que sucede o deja de suceder (sea favorable o desfavorable).

Conecta con el Principio, con el Origen, con la Raíz y la Fuente, que es el manantial de toda energía, toda inspiración, toda fuerza y toda fortaleza. Es el Poder supremo que nos apodera o empodera, nos da poder sobre las circunstancias y las apariencias (lo que aparece en nuestra vida), nos dota de virtud, potencia, resistencia y resiliencia.

Pon tu mirada en el Uno sin segundo (trascendente e inmanente), la Unidad que trasciende y armoniza toda dualidad y en la cual se resuelven todos los conflictos y contradicciones. El Uno o el Ser, el *Self* o Sí-mismo, que es pura Presencia (que está presente en la realidad, en tu vida). Siente la Presencia de Dios en tu vida cotidiana, en tus actos, sucesos y vivencias.

Ábrete a lo Absoluto, para que no te aprisione el círculo ominoso y efímero de lo relativo (la rueda del *Samsara*, que es sufrimiento y desazón). Sólo teniendo presente lo Absoluto puedes librarte de la sombra alienante de la relatividad (así como del relativismo y el subjetivismo que tanto nublan nuestra mirada) y descubrir el sentido de esa misma relatividad.

Ten fe en el Cielo, en el Gran Espíritu, el Padre que está en lo Alto, que es quien traza tu destino y misión en el mundo. Afianza tu ser, tu acción y tu vida en el Tao, en el Logos o Razón divina, donde está la verdadera fuente de la bondad (el bien y lo bueno, el buen hacer), de la aceptación, de la ecuanimidad, de la sabiduría, del amor y de la compasión.

Conéctate con el Centro, con el Eje que sostiene la vida, con el Punto numinoso y luminoso en torno al cual gira la totalidad de la existencia. Sólo arraigando en el Centro, en el Ser, en el *Self* (*le Soi, das Selbst* o Sí-mismo), podemos encontrar nuestro verdadero ser y dar un total, decidido e incondicional “Sí” a la vida.

Confía en Dios, el Supremo Líder (*il Sommo Duce* lo llama Dante), que cura todas las heridas y restaura cualquier quiebra, grieta o ruptura. Sin Él nada podemos hacer. En su Luz, que ilumina la existencia y nos permite comprenderla, amarla y aceptarla, todo encuentra su sentido. En Él está la Fuerza que todo lo vence, que todo lo reconcilia y armoniza. Es la Victoria sin paliativos, que derrota a la oscuridad, derriba los obstáculos y diluye las dificultades.

Dios está más cerca de ti que tu propio corazón. En Él tienes **un amigo, un líder y un consejero que está siempre a tu lado**, que te protege y defiende, que busca tu bien y que nunca te fallará. En su liderazgo sabio, amoroso y compasivo tendrás siempre el mejor apoyo, la ayuda más valiosa que puedas encontrar. Su Gracia te permitirá llevar con acierto y gloria tu cruz, tu karma (la cruz de tu destino).

Escucha en todo momento la voz de tu amigo interior, tu mejor amigo, que es el que llevas dentro de ti, en lo más profundo de tu ser. En la voz de ese buen amigo resuena la voz de Dios, la música silenciosa pero elocuente de tu *Self*. De ese Amigo o Líder interno recibirás siempre el consejo, los ánimos, el consuelo y la caricia adecuados.

Gracias el Liderazgo divino, en vez de ser víctima de las circunstancias, podrás orientarlas y dirigir las sacando provecho de ellas. Con tal Liderazgo, que te guía, te sostiene y te orienta de forma fiel, leal e infalible, te sentirás en paz en medio de las tormentas y tempestades de la vida. Te elevarás vencedor y victorioso en tu mismo fracaso (o en tu misma derrota).

La Voz de Dios, la Luz de lo Absoluto, te ayudará a superar todas tus dificultades y a conseguir la victoria que más importa: la victoria interior, la victoria radiante de tu mejor Yo. Este es el éxito decisivo que deberías buscar: el éxito en tu realización personal, el triunfo en la batalla espiritual.

“Dios es el Centro hacia el cual tienden todas las fuerzas. Él es la Fuente y nosotros somos el fluir de su fuerza, el flujo y reflujo de su marea”.

ABRAHAM JOSHUA HESCHEL

Deberíamos tener siempre presente la sabia **recomendación de Sri Ramana Maharshi:**

Deposita tu carga en Dios. Deja que la lleve y soporte Él. No echas a tus espaldas un fardo tan pesado. Descárgate de tus preocupaciones, sufrimientos, responsabilidades, problemas y fracasos, poniéndolos en sus manos.

Ramana ponía un ejemplo muy gráfico: si viajas en tren, no se te ocurre llevar encima de ti tu equipaje (tu mochila o pesada maleta), sino que la pones sobre la red dispuesta al efecto en lo alto, sobre tu cabeza. Y así puedes viajar de forma cómoda y descansada, disfrutando del viaje y del paisaje.

Dios es el tren que te lleva, en el que estás realizando el viaje de la vida desde que naciste, y en el cual puedes confiar entregándole tu carga. Él sabe mejor que tú como llevarla. Te libera así de todo aquello que te pueda oprimir o pueda dificultar tu viaje.

* * *

Dos libros altamente recomendables, que profundizan en este tema:

- Pema Chödrön: *When things fall apart*. (“Cuando todo se derrumba”).

- David Richo: *The five things we cannot change and the happiness we find embracing them*. (“Las cinco cosas que no podemos cambiar. Y la felicidad que encontramos al abrazarlas” [o cuando las aceptamos]).

Esas 5 cosas a las que se refiere el título de su obra, hechos o cosas dadas e inevitables que forman parte de la realidad y de la vida (*the givens of life*), y contra los que nada podemos, son las siguientes: 1) que existen el dolor y el sufrimiento; 2) que todo es perecedero, cambia y termina; 3) que las cosas muchas veces no suceden como habíamos planeado; 4) que la vida no siempre es justa o nos trata bien; 5) que los demás no siempre se portan bien con nosotros, no responden como nos gustaría, de forma adecuada, amable, leal, justa y noble.

[Guión-resumen de la charla encomendada al autor, Antonio Medrano, para el 24-Nov-2018]

www.antonimedrano.net